Tỷ Lệ Vàng
<blockquote>Kalama tri ân bạn buithibuukim ghi chép.</blockquote>
[12/03/2021 - 07:10 - buithibuukim]
Chúng ta hoàn toàn có thể nói rằng toàn bộ đời sống của mình được thiết lập trên chữ "tỷ lệ".
1/ TỶ LỆ VÀNG TRONG ĐỜI SỐNG VẬT CHẤT.
Thí dụ mình muốn nấu một nồi canh thì tỷ lệ nước, đường, muối nó phải ra sao. Một nồi kho dù chay hay mặn, nói kho thì tỷ lệ đường, nước, muối nó phải bao nhiêu. Chè, cháo, cơm, bánh... tất thảy đều như vậy hết. Trong chuyện chế biến thức ăn khái niệm tỷ lệ rất quan trọng. Tôi nói hơi đời một chút. Mình thấy tại sao có một thời phim ảnh Đại Hàn được tuổi trẻ VN đón nhận một cách nồng nhiệt. Là bởi vì ngoài tình tiết kịch tính, hấp dẫn ly kỳ mà phim Hồng Kông, phim Mỹ, phim Việt, phim Thái không đáp ứng được; nó có những yếu tố rất là Đại Hàn, nó còn chuyện nữa là trang phục người Đại Hàn dầu giàu hay nghèo, người Đại Hàn coi nặng chuyện trang phục dữ lắm. Mà trang phục đẹp là gì? –Là tỷ lệ. Trang phục đẹp là vừa vặn. Vừa vặn chính là tỷ lệ. Hễ nói tới vừa vặn hay là ngắn, dài, thùng thình hay chật chội, tất cả đều phải nói đến khái niệm tỷ lệ.
Chuyện ăn, chuyện mặc, tới chuyện kiến trúc, hội họa, âm nhạc, tất cả đều là tỷ lệ hết, gọi là tỷ lệ vàng. Tất cả chỉ xem là đạt chuẩn khi nó có tỷ lệ vàng giữa các thứ. Một hòn giả sơn non bộ, núi giả nó chỉ cao chừng năm bảy tấc, hoặc cao một hai mét, năm bảy mét nó cũng cần tới tỷ lệ. Tôi nhớ ông Nguyễn Hiến Lê, cả cụ Sơn Nam, các cụ đều nói ai yêu thiên nhiên, ai thích thăm viếng núi non, kinh rạch, sông hồ đều thấy rằng tất cả các tác phẩm nghệ thuật của con người chỉ là trò chơi trẻ con so với thiên nhiên, với tạo hóa. Bởi vì chúng ta không tài nào làm một ngọn núi nó thật như là thiên nhiên hết. Bởi vì sao?- Bởi là vấn đề tỷ lệ. Dầu mình làm chuẩn cách mấy đi nữa, mình vẫn bị hạn chế trong tỷ lệ, nó không chuẩn, nó chỉ trật một chút thôi.
Cho nên từ đời sống vật chất, giờ qua đến tinh thần cũng cần tới tỷ lệ vàng. Chuyện thời gian và hoạt động của chúng ta trong ngày cũng phải cần đến tỷ lệ vàng. Những sinh tố, chất hữu cơ, vi lượng trong cơ thể mình nó cũng phải ở cái tỷ lệ vàng thì mình mới khỏe được.
2/ TỶ LỆ VÀNG TRONG ĐỜI SỐNG TU HỌC
Qua vấn đề tu học cũng vậy, cũng phải có tỷ lệ vàng. Vấn đề tỷ lệ vàng rất quan trọng. Đức Phật Ngài dạy đời sống vật chất một người cư sĩ thuần thành thì phải chia đều tài sản mình có được ra nhiều phần: "Trả nợ cũ, cho vay nợ mới; đem liệng bỏ và chôn để dành". Đó là cách nói thuật ngữ trong Kinh là như vậy.
-"Trả nợ cũ" là sao? –Là để báo đáp cha mẹ, thầy tổ, người hữu ân. Đó gọi là trả nợ cũ.
-"Một phần tài sản để cho vay nợ mới" là mình giúp đỡ bạn bè, nuôi nấng vợ con, cái đó là cho vay nợ mới.
-Còn "một phần liệng bỏ" là phần đó mình xài cho cá nhân.
-"Một phần nữa chôn để dành" có nghĩa là để làm phước, lỡ có tắt thở thì kiếp sau sanh ra mình có cái để mình xài.

Như vậy riêng mặt tài sản nó cũng có cái tỷ lệ của nó, tỷ lệ vàng. Trong Kinh nói vậy thôi chớ tùy bà con, tùy vào điều kiện, tùy cái suy nghĩ của bà con mà mình muốn lập cái tỷ lệ bao nhiêu thì tùy. Nhưng căn bản đức Phật dạy đời sống vật chất cũng phải có tỷ lệ. Trong một ngày như vậy bà con muốn cơ thể khỏe mạnh thì thời gian đứng, đi, nằm, ngồi phải được chia đều. Nằm nhiều quá không tốt, đi nhiều quá cũng không tốt. Mà đi ít quá cũng không tốt, ngồi nhiều quá cũng không tốt. Nhớ cái đó nhen, phải có tỷ lệ vàng, bao nhiêu %, bách phân thập phân gì không cần biết, mà ít ra phải có tỷ lệ vàng. Rồi thời gian trong đời người, trong Chú giải Kinh Pháp Cú có ghi rõ: Tuổi trẻ biết Phật Pháp thì dành 2/3 là học, 1/3 là hành. Trung niên thì nửa học, nửa hành. Quá tuổi trung niên thì 2 phần hành, một phần học. Những ngày tháng cuối đời thì trăm phần trăm cho cái hành. Mình thấy đó chính là tỷ lệ chớ gì nữa.
Qua đến chuyện tu tập, tu tập thiền Chỉ thiền Quán. Trong bài giảng ngày hôm qua cho lớp Intensive tôi có nói tùy thuộc vào chuyện gia giảm thiện ác ở trong tâm thức của mình mà các chúng sinh tự khu biệt, tự phân loại mình vào cảnh giới nào và chủng loại nào.
Chúng sanh có hạng ác nhiều hơn thiện. Có hạng thiện nhiều hơn ác. Có hạng thiện ác bằng nhau, có nghĩa là có dịp thì tu dữ dội mà có dịp thì cũng ác tới trời. Chưa hết, còn cái chuyện chúng sanh trong cuộc đời mà thời gian hưởng dục nhiều quá, mà thời gian cho thiền định ít quá thì chúng sinh đó phải về cõi dục.
Mà thời gian mình dành để ly dục, để thiền định nhiều, đặc biệt ly dục đây phải nói rõ là từ Sơ thiền trở lên. Chớ đừng tưởng nói ly dục hiểu theo kiểu nhiều Phật tử ly dục là "tui ăn mặc đơn giản, ăn uống đơn giản, nhà cửa đơn giản, xe cộ đơn giản..." Cái đó chưa, chưa phải ly dục. Cái đó cũng là tiếp tục hưởng dục nhưng ở một cách thức khác. Ly dục có nghĩa là lòng nguội lạnh, chán sợ, nguội lạnh đối với các khoái lạc vật chất, những gì mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng. Cái đó mới gọi là ly dục. Mà cái chán đây là xuất phát từ chuyện mình hiểu mình chán. Chớ không phải do mình đang sốc, đang buồn, đang bị bịnh rồi mình chán, mình hỏng thiết tha gì hết rồi mình tưởng là ly dục. Cái đó không có nhe. Cái đó là ly gì chớ không phải ly dục. Nhớ cái đó! Nhiều người Phật tử gặp tôi khi tôi giảng về chữ ly dục cái họ nói "Vậy là Sư nói vậy con chịu đó, bao nhiêu năm nay từ hồi lấy bả tới giờ con đúng là ly dục đó. Ăn mặc gì là bả sắm hết. Bả cho mặc gì mặc đấy, cho ăn gì ăn đó. Đi làm có lương về giao cho bả, ngay cả đi du lịch chọn chỗ để đi bả cũng chọn, xong rồi cái hạng vé nào, commercial, vé business hay vé economy hoàn toàn bả tính hết. Nói chung là vợ lên tiếng gọi thì "bẩm bà con đây"." Đó, cái kiểu họ nói đàn ông vậy là ly dục. Không phải! Ly dục đây có nghĩa là do nhận thức cái mặt trái, cái tội khổ của 5 dục mà chán, mà sợ mà buông. Buông rồi sao nữa? Buông mà chuyên tâm thiền định. Tối thiểu là Cận định trở lên thì mới gọi là ly dục. Chớ còn trên hình thức thấy mình đơn giản, kiêng khem, ăn kiêng, ăn diet cái đó không phải là ly dục. Nhe!
Tôi trở lại chuyện tỷ lệ. Một đời sống hoàn hảo, có tổ chức theo tỷ lệ vàng giữa các hoạt động, giữa thời gian, hoạt động, tư thế sinh hoạt, thức ăn, thức uống, các dưỡng chất trong cơ thể mình tất cả đều phải đạt đến cái gọi là tỷ lệ vàng.Nhớ!
Trong chuyện tu học cũng vậy. Một ngày như vậy, thời gian mà họ dành cho đời sống tâm linh tinh thần là bao nhiêu, dành thời giờ cho cơm gạo áo tiền là bao nhiêu để được gọi là tỷ lệ vàng của một người Phật tử cư sĩ. Còn đối với tăng ni thì tỉ lệ vàng ấy, cái chuẩn mực về tỷ lệ vàng ấy phải khác đi. Bởi vì quí vị còn phải đi làm nuôi gia đình và nuôi chúng tôi, nuôi cái đám không tóc. Nhưng riêng chúng tôi thì được người khác nuôi rồi, cho nên thời gian tu học bắt buộc phải khác quí vị nhiều lắm. Chúng tôi phải dành nhiều thời giờ cho trí Văn, trí Tư và trí Tu. Tệ đó, nếu không có trí Tu thì cũng phải có trí Văn và trí Tư. Đó là tỷ lệ vàng.
Chưa hết! Trong hành trình Giới Định Tuệ cũng vậy. Hành trình Giới, giai đoạn Giới học là sao? – Giới học có nghĩa là trong một ngày của mình, trong một giờ của mình mà thân nghiệp, khẩu nghiệp bất thiện nó nhiều hay ít so với thân nghiệp, khẩu nghiệp mà hiền thiện. Một người mà trong mỗi giờ thân nghiệp khẩu nghiệp bất thiện nhiều hơn thì người này không thành tựu về Giới học.
Qua tới Định: Người mà thời gian sống với 5 chi thiền ít hơn sống với 5 triền cái thì như vậy người này hỏng về Định học. Người thành tựu về Định học là người sống nhiều với 5 chi thiền chớ không phải sống nhiều với 5 triền cái. Đó là cái tỷ lệ vàng. Nhớ nghe! Một ngày như vậy mình dành bao nhiêu thời gian mình sống với 5 triền, mình dành bao nhiêu thời gian sống với 5 chi thiền?

Qua tới Tuệ: Trong một ngày ta có bao nhiêu phần trăm thời gian sống nhiều trong Pháp chân đế và trong Pháp tục đế? Chân đế là sao? – Chân đế là sống nhiều trong sự quan sát 13-14-25. Còn sống nhiều với tục đế là sao? –Ông A bà B nhà cửa tiền bạc, quan hệ xã hội, bạn bè, tình cảm nam nữ, ân ái, ăn uống, rong chơi, mua sắm, trong một ngày như vậy là tục đế. Trong một ngày như vậy hành giả sống nhiều với Pháp chân hay tục đế. Trong một ngày như vậy hành giả sống nhiều với Ái, Mạn, Kiến hay sống nhiều với Chánh niệm và tỉnh giác. Nhớ nghe, nó đi từng cặp như vậy. Một ngày trong Tuệ quán mình sống nhiều với chân hay tục đế. Một ngày mình sống nhiều với Ái, Mạn, Kiến hay sống với Chánh niệm và trí tuệ?

Còn nữa, năm quyền: Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ phải đạt tới tỷ lệ vàng thì mới có thể chứng Đạo được. Đức tin mạnh quá, Ái sẽ sanh. Trí nhiều quá, Tà kiến sẽ sanh hoặc là Hoài nghi sanh. Mà Định nhiều quá thì hôn trầm sẽ sanh. Coi như 5 Quyền phải được quân bình ở tỷ lệ vàng thì mới chứng Đạo được.

Đó là mới điểm sơ, điểm nhẹ về hành trình Tam học, trong đó ở mỗi giai đoạn Giới học, Định học và Tuệ học, tất cả các thiện pháp phải được thiết lập, xây dựng ở tỷ lệ vàng.

Bây giờ tôi mới nói nhẹ nhẹ: Tùy thuộc vào căn tánh của chúng sinh mà chúng ta sống nhiều trong thế giới vật chất hay là tâm linh. Đừng tưởng là mình ngoan đạo, thích học giáo lý, thường xuyên thọ Bát quan trai, thường xuyên tham dự khóa thiền có nghĩa là mình sống nhiều với đời sống tinh thần. Sai! Vì sao? – Tôi nói rồi, tùy vào căn tánh của mình mà có người làm các hạnh lành với ý tái sanh các cõi nhân thiên, được giàu, được đẹp, được sống thọ, con đàn cháu đống, quyến thuộc đông đảo. Có người làm các hạnh lành để cầu chấm dứt sanh tử, chán sợ không muốn hiện hữu.

Chớ không phải nói tu là giống nhau. Nói gì thì nói mà tôi thấy hai người Phật tử ôm hai bó hoa cúng Phật là tôi biết chắc 1.000% là tâm niệm của hai người này hoàn toàn khác nhau. Mới có 2 người thôi đó, chớ đừng nói tới 10 người, 50 người. Thắp một cây hương mình liếc mắt qua là mình biết cái sở nguyện, cái chí hướng, cái tâm địa của hai người đó không giống nhau. Là vì sao? –Là vì chúng ta có nhiều cái khác nhau lắm. Cái nền tảng tâm thức mình vốn dĩ đã nhiều dị biệt rồi! Có người chán sợ sanh tử, người không chán sợ sanh tử. Họ sống nhiều với cái gì, tới lúc họ làm ác họ ác theo cái kiểu rất riêng. Tới lúc họ hành thiện họ cũng hành thiện theo cái kiểu rất riêng. Tôi hy vọng tôi nói tiếng Việt quí vị hiểu nha!

Vừa rồi có một người liên lạc với chúng tôi, họ nói có cần giúp đỡ bản thảo gì trước khi in. Tôi nói OK, nhờ dàn trang dùm, đọc lại chính tả. Trời đất ôi, nó đem về nó sửa banh chành hết rồi nó xác định là tiếng Việt của nó. Thì với lòng đại bi, nghĩ về nhân vật đó tôi vẫn không nén được câu chú nguyện này: " Tại sao bao nhiêu người chết mà con không chết?!!!"

Tôi cố ý nói rõ nói chậm để bà con hiểu: Tùy vào căn cơ trình độ của mình mà mình có một kiểu sống thiện rất riêng và sống ác rất riêng. Ngay trong chuyện hưởng dục của mỗi người cũng không giống nhau. Đặc biệt trong bài giảng sáng nay tôi đặc biệt nhấn mạnh về khuynh hướng tâm lý chúng sinh, thông qua chủ đề "Tỷ lệ vàng".

3/ KHUYNH HƯỚNG TÂM LÝ CHÚNG SINH THÔNG QUA TỶ LỆ VÀNG

Trong cái đám sống nhiều về thế giới vật chất có người họ thích sống nhiều bằng mắt, họ thích nhìn. Có người thích nghe, thích ngửi, thích nếm. Từ đó mới dẫn đến chuyện có người mê hội họa, có người mê về âm nhạc, có người thích nước hoa, dầu thơm. Có người thích nấu ăn. Có người thích chăn êm nệm ấm quần là áo lụa. Có người thích về tình cảm nam nữ. Đúng hay không? Tôi thấy hình như đúng đó. Có người sống nhiều bằng mắt. Có người sống bằng lỗ tai. Có người sống nhiều bằng lưỡi, bằng lỗ mũi. Có người sống nhiều bằng cái đầu. Như hôm qua tôi có post lên facebook của chúng tôi cái hình anh chàng đó ảnh đi đẩy một bao gạo mà ảnh nhớ lại lời bạn bè nói " Thằng nào làm việc bằng đầu óc thì tay chưn nó đỡ mệt". Ảnh lấy bao gạo ảnh để lên đầu ảnh, còn chiếc xe cút kít thì... ảnh đẩy không vậy đó. Chiếc xe là xe đẩy mà ảnh đẩy không, còn bao gạo thì đội lên đầu. Vừa đội gạo vừa đẩy xe vì ảnh nhớ lời nói "minh triết" của ai đó, rằng thì là "Sống nhiều bằng cái đầu thì tay chưn nó khỏe", cái giống gì cũng chất hết lên đầu vậy đó!!!

Như vậy anh chàng này chưa có dịp nghe qua bài giảng sáng nay, là sống như thế nào mà để mọi thứ ở cái mức tỷ lệ vàng. Thí dụ mình còn là phàm phu thì đương nhiên, cố nhiên, tất nhiên và mặc nhiên chúng ta vẫn phải có phiền não. Vẫn còn có phiền não rồi. Nhưng tỷ lệ vàng là sao? Là làm

cho cái ác nó ít đi một tí. Còn cái ít một tí, ít bao nhiêu thì tùy quí vị chớ làm sao bắt tôi nói dùm được. Mình biết Đạo thì làm sao cho cái ác so với cái thiện nó ít hơn một tí. Tham, sân, si, ái, mạn, kiến, nghi ít hơn tí. Thời gian mình sống Chánh kiến nó nhiều hơn tà kiến một tí. Sống với hào sảng nó nhiều hơn bủn xỉn. Sống với lòng bao dung nhiều hơn "bung dao". Sống với sự chia sẻ nhiều hơn ganh tị. Sống với trí tuệ nhiều hơn với cái u mê. Đại khái vậy gọi là tỷ lệ vàng.
Rồi từ từ, chúng ta buông hết, hoặc là đi xuất gia hoặc đi vào thiền viện làm hành giả thì ở mỗi hoàn cảnh như vậy cái tỷ lệ vàng ấy nó lại được thay đổi. Hồi nãy tôi nói rồi ngay trong đời sống vật chất là chúng ta đã có những khác biệt nhau. Từ đó cái chuẩn mực tỷ lệ vàng cũng tuyệt đối không giống nhau. Cái quan trọng nhứt của Kinh Phật dạy mình là cái gì? –Là anh sống ở tỷ lệ nào đi nữa anh cũng phải nhớ: về phía bất thiện thì nó hơi nặng hơn một tí. Bởi vì trong Kinh nói rõ có ba hạng chúng sinh: là "Thiện nhiều hơn ác", cái này chắc bà con hiểu rồi, tức là cái cơ hội họ làm thiện nó nhiều hơn. Cái cơ hội từ chối cái ác nó nhiều hơn. Cái hạng này được gọi là "Thiện nhiều hơn ác".
Cái hạng thứ hai là "Ác nhiều hơn thiện". Nghĩa là cơ hội làm ác luôn luôn trong tình trạng sẵn sàng túc trực, tổng động viên, tổng trù bị. Nhưng mà đối với cái thiện thì thường xuyên làm lơ hoặc từ chối. Hạng này được gọi là ác nhiều hơn thiện.
Hạng thứ ba, mình thấy trong Phật tử mình hơi bị nhiều nè, là thiện ác bằng nhau. Nghĩa là ai nói sao làm vậy ai rủ bậy cũng làm theo. Ai rủ bố thí, nghe Pháp, tu thiền, đi từ thiện, đi chùa thọ giới cũng làm tuốt. Nhưng mà ai rủ rê ba cái tào lao, tầm bậy thì cũng luôn luôn "có mặt em".
Cái loại này trong Kinh nói, cái chuyện này nó hơi phong thần, thôi tôi cắt bớt. Trong room này có Thiên Chúa, có Cao Đài, có Hòa Hảo, có vô thần, có tùm lum trong đây. Kể vắn tắt thôi. Trong Kinh mình nói có một loại ngạ quỷ kêu là vemanika, từ cái chữ Phạn là Vimana, có nghĩa là castle, là chateau, lâu đài. Mà vemanika có nghĩa là người có lâu đài, sống trong lâu đài, người sinh trưởng tồn tại hiện hữu trong lâu đài. Cái lọai ngạ quỷ này có tên rất sang, vemanika có nghĩa là chateau owner, castle owner nghĩa là người sống trong lâu đài, người chủ lâu đài. Trong Kinh nói có rất đông chúng sinh thuộc loại thiện ác đề huề. Nghĩa là ai rủ cái gì hay ho, cực khổ tốn kém, mất thời gian cỡ nào nó cũng làm hết. Mà ai rủ cái gì bậy bạ tào lao nó cũng làm luôn. Cái thứ thiện ác đề huề này khi chết nếu không có sự can thiệp của trọng nghiệp thiện hoặc ác thì mình sẽ ra đi với thường nghiệp. Thường nghiệp là những gì mình làm thường ngày. Cái loại thiện nhiều mình khỏi nói vì phần lớn nó đi lên. Mà ác nhiều phần lớn nó đi xuống. Còn với loại thiện ác đề huề thì đương nhiên nó phải đi đầu thai bằng một trong hai tập quả thiện hoặc bất thiện. Nhưng do tập khí chúng sinh nên khi nói đề huề có nghĩa là ác hơi nhỉnh hơn thiện một tí. Nhớ nhe, chuyện này rất quan trọng!
Khi nói người đó thiện ác bằng nhau thì mình phải luôn trừ hao là ác thường là nhỉnh hơn thiện một tí, tức là 51-49, cũng là tỷ lệ nữa. Khi nói thiện ác bằng nhau thì 99% là 51-49, chớ không có 50. Chuyện đó không bao giờ có, không có thiện ác 50. Ngay cả Thánh còn không có mà. A la hán thì khỏi nói rồi. Chớ từ Tu đà hườn tới A na hàm không có vụ mà 50-50. Như Tu đà hườn là 5/95(cái thiện là 95, cái ác cũng phải 5%). Còn Nhị quả Tư đà hàm thì là 96- 97 tùy vị (thiện đó). A na hàm thì 98-99 cũng tùy người. Còn lên A la hán là hỏng có phần trăm nào ác hết.
Thì phàm phu hạng thiện ác đề huề mình phải hiểu lúc nào cũng ác 51 thiện 49, thông thường là như vậy. Cái loại này sẽ đi đầu thai bằng tâm quả quan sát bất thiện (vì 51 mà). Nó sanh vào chủng loại vemanika có nghĩa là nửa sướng nửa khổ. Nó là ngạ quỷ nhưng chỗ ở nó là có lâu đài, vườn hoa, hồ nước, có tường rào, vàng son châu báu rực rỡ chói lọi, lung linh lấp lánh, lộng lẫy. Nhưng nửa sướng nửa khổ là sao? –Tùy vào cái kiểu sống lúc bình sinh mà trong đám vemanika này có kiểu sướng khổ khác nhau. Có đứa đêm sướng ngày khổ. Đêm nó sống như chư thiên mà ban ngày nó sống như loài dưới địa ngục. Bao nhiêu thứ đau khổ, đói khát, lửa đốt, côn trùng, mãnh thú... tấn công chích đốt nó. Mà những thứ côn trùng, mãnh thú đó là không có thật, đều là do cái nghiệp nó hiện ra thôi. Nó đi đâu cũng bị ong, kiến, ruồi, nhặng bu chích đốt. Hoặc nó bị chó xé, cọp ăn tùm lum hết, mà những con đó đều do nghiệp của nó tạo ra hình ảnh chớ không có con nào xé nó hết. Gọi là diều tha quạ mổ đó. Ban ngày hoặc lửa đốt, hoặc diều tha quạ mổ, bị đói bị khát tới trời. Đêm thì sướng, mà màn đêm vừa buông xuống, nắng vùa tắt là nó lên tới trời, nó sướng lắm. Cũng ngay cái chỗ đó, mà ban ngày thì nó chịu khổ, ban đêm thì chỗ đó nó hưởng lạc.

Do cái duyên nghiệp nó khác nhau, có người thì ngày sướng đêm khổ, có người thì một tuần sướng,một tuần khổ. Có người thì 1 tháng sướng 1 tháng khổ. Có người thì 3 tháng sướng 3 tháng khổ. Rồi có người thì 6 tháng sướng 6 tháng khổ. Có người thì 1 năm sướng 1 năm khổ. Nói chung là miễn sao trong cuộc đời của nó, nó sống 1.000 năm đi thì trong đó có 500 khổ 500 sướng. Mà nó cứ chia đều ra như vậy. Nhe!
25:27
[13/03/2021 - 03:55 - buithibuukim]
Cho nên những người này, hồi nãy tôi có nói là trừ ra sự can thiệp của trọng nghiệp thiện hoặc trọng nghiệp bất thiện (trọng nghiệp là nghiệp to tát), nghĩa là nếu không có sự can thiệp của trọng nghiệp thì chúng ta sẽ ra đi bằng cái thường nghiệp, là những gì mình thường xuyên thực hiện trong đời sống bình sinh của mình, nó sẽ trở thành cái vốn liếng để mình cầm tay ra đi khi tắt thở.
Trong room này tôi e rằng không có ai dưới 50 rồi. Tự nhiên có linh cảm vậy! Thời này là internet, dưới 50 bận rộn dữ lắm, google, facebook tùm lum hết, dưới 50 không có vô đây đâu. Vô đây toàn là phải 50, tại sao? Cũng là vấn đề tỷ lệ nữa. Là bởi vì anh thấy đã đi hơn một nửa rồi. Bây giờ cái khỏe nó ít hơn cái bịnh. Trên 50 mình thấy vấn đề huyết áp nè, vấn đề đường, mỡ, cholesterol, tim mạch, thận, bao tử... 50 trở lên là bắt đầu tính sổ đó. Lại là tỷ lệ nữa. Càng giảng tôi càng thấm toàn bộ đời sống chỉ là vấn đề tỷ lệ thôi. Một cơ thể khỏe mạnh là mọi thứ ở tỷ lệ vàng. Một cơ thể được xem là tuyệt mỹ là các chi cũng phải ở tỷ lệ vàng.
Thí dụ trong Kinh nói: “Chúng sinh đại phước thì cái bịnh hoạn ở họ chỉ gồm có 6 thứ thôi. Đó là nóng, lạnh, đói, khát và tiêu, tiểu. Ngoài 6 cái này ra thì toàn bộ đời sống của họ coi như phần trăm thời gian không có bị bịnh gì hết. Còn với chúng sanh ít phước, cũng nhiều khi không phải ít phước mà do ác nghiệp nhiều, thì tỷ lệ phần trăm thời gian trong 1 ngày, 1 tháng, 1 năm thời gian khỏe nó không có nhiều. Như tôi dĩ nhiên trong 1 tháng thời gian khỏe nó nhiều hơn thời gian đau. Đó là tính trong tháng, chớ qua tới năm thì khác. Trong tháng 1 tháng 2 OK, tháng 5 tháng 7 OK, tháng chín tháng mười OK, thí dụ vậy. Nhưng qua tới tính năm thì khác, trong 1 năm cái tháng khỏe nó ít hơn cái tháng bịnh! Cho nên tim, phèo, phổi, gan, mật gì đó càng lớn nó càng đổ nợ ra.
Cho nên Kinh Chuyển Luân Vương nói người khỏe là người thời gian khó chịu của cơ thể nó ít. Nó chỉ gói gọn trong 6 cái căn bản đó là đói, khát, nóng, lạnh và tiêu, tiểu. Họ ít bịnh đến mức cái tiêu tiểu cũng kể là bịnh, đói khát cũng kể là bịnh. Rồi cũng trong Kinh Chuyển Luân Vương nói người khỏe là người chỉ có 6 bịnh căn bản. Còn người đẹp là người có được 6 cái chuẩn căn bản. Đó là không quá mập, không quá ốm, không quá đen, không quá trắng, không quá cao, không quá thấp. Lùn sịt thì xấu hoắc nhưng mà cao vời vợi như cây nêu tết, như cây tre miễu thì cũng kẹt. Cao quá thấp quá cũng kẹt. Đen quá cũng kẹt, mà trắng bệt cũng kẹt. Thứ “ngâm ngâm da trâu nhìn lâu thấy mê”, người ta kêu da bánh mật, da bánh ít, da bồ quân. Rồi nó quá mập quá ốm, mập quá nhìn cũng mệt, nhìn nó tự nhiên nhớ tới nồi thịt tết, muốn lên máu, cũng khó. Mà nó ốm quá mình nhìn cũng mệt. Ốm quá còn gì nữa đâu mà ham muốn. Cho nên tỷ lệ vàng, cái người khỏe có thể chất tốt là sao? Là thời gian khỏe nhiều hơn thời gian bịnh. Còn nhiều hơn bao nhiêu thì tùy, tùy anh khỏe bao nhiêu. Còn đẹp, nhan sắc, ngoại hình ngoại diện cũng vậy. Tỷ lệ của mắt, khoảng cách của mắt, của chân mày, môi, miệng, má, tất cả phải tỷ lệ vàng, người ta mới đi thi hoa hậu người ta đo từng centi là chỗ đó.
Chuyện tu hành, đời sống tâm linh y chang như vậy. Tất thảy đều là tỷ lệ hết. Và trong một ngày, nãy giờ tôi nói từng bước, về vật chất thì nãy có tỷ lệ rồi, mình xài bao nhiêu phần trăm cho mình, bao nhiêu phần trăm cho người khác, bao nhiêu phần trăm ơn nghĩa và bao nhiêu phần trăm cho công đức.
Về thời gian thì mình có bao nhiêu phần trăm cho tâm linh, bao nhiêu phần trăm cho đời sống vật chất. Bao nhiêu phần trăm cho đời sống tình cảm, bao nhiêu phần trăm cho quan hệ xã hội, tất cả phải đều ở mức tỷ lệ vàng.
Rồi về đời sống tâm linh của người tu học. Một ngày như vậy, nói về Giới học thân nghiệp khẩu nghiệp mà bất thiện so với thân nghiệp khẩu nghiệp thiện cái nào nhiều hơn. Đó là Giới học. Về Định học, trong một ngày, một giờ như vậy thời gian mình sống với 5 triền cái và sống với 5 chi thiền cái nào nhiều. Thời gian mình phóng tâm với thời gian mà mình tập trung tinh thần cái nào

nhiều? Đó là Định học. Tới Tuệ học, trong một ngày như vậy mình dành nhiều thời gian cho Pháp Chân đế hay Tục đế cái nào nhiều hơn. Trong một ngày mình sống nhiều với ái, mạn, kiến, hay sống với Chánh niệm và Trí tuệ? Trong một ngày như vậy 5 căn tín ,tấn,niệm, định, tuệ nó có ở tỷ lệ vàng, có cân bằng, có quân bình cân đối với nhau hay không? Chỉ cần 49-51 là chết không có đắc. Tất cả phải ở mức chuẩn chuẩn hết!
Trong bài giảng sáng nay tôi nói cái gì? Tôi chỉ nhấn mạnh với bà con một chữ thôi, bà con dầu có dốt tới bằng trời đi nữa thì nhớ chữ "tỷ lệ". Sau bài giảng này cứ nhớ tới tỷ lệ: tiền bạc của tôi, chi thu của tôi phải ở cái tỷ lệ vàng. Tôi sống phải có mình có người, có đời này có kiếp sau. Nhớ, có đời này kiếp sau nữa. Người không biết Đạo thì chơi lút cán, chỉ biết trước mắt thôi. Nhưng người biết Đạo thì phải sống có ta có người, có đời này kiếp sau, có tinh thần có vật chất.
Đã có một tỷ lần tôi nói thế này "Cái cặp mắt, cái đầu, tim, óc của người Phật tử phải làm được những việc sau đây. Phải có khả năng ở trên nhìn xuống để bao dung. Ở dưới nhìn lên để học hỏi. Ở trong nhìn ra để cảm thông chia sẻ. Và ở ngoài nhìn vào để có một cái nhìn không bị định kiến". Như vậy là ở trên nhìn xuống, ở dưới nhìn lên, ở trong nhìn ra, ở ngoài nhìn vào, cả bốn động tác này trong một ngày nó cũng phải ở cái mức tỷ lệ vàng. Mình chỉ biết ở trên nhìn xuống không thì không được. Mà cả đời chỉ biết nhìn lên thờ phụng người ta không thì cũng không được. Mà phải chia đều ra lúc nào có bao nhiêu phần trăm trong cuộc đời mình, trong một năm, một tháng, một ngày có bao nhiêu phần trăm thời gian ở trên nhìn xuống, ở dưới nhìn lên ở trong nhìn ra và ở ngoài nhìn vào; thì đời sống như vậy gọi là đời sống được tổ chức trên tỷ lệ vàng. Các vị nghe kịp không?
Còn mà mình khoái sao sống vậy thì OK, nhưng tôi nói nhỏ một câu thôi là đi hỏi ông bác sĩ coi ông bác sĩ nghe câu đó có sợ hôn: khoái gì ăn nấy, khoái sao làm vậy? Không được! Bác sĩ ,dược sĩ thù cái chữ khoái sao làm vậy. Thích ngọt nhưng phải nhớ tới tiểu đường. Khoái ăn mặn nhưng phải nhớ đến tăng xông, phải nhớ tới thận, thận nó kỵ ăn mặn, kỵ sodium. Còn cholesterol kỵ dầu mỡ, mà ung thư thì nó kỵ đồ chiên xào nấu nướng, ba cái protein mà nó cháy.
Cho nên không thể nào thích sao làm vậy mà tất cả phải có tỷ lệ. Thí dụ thích ăn đồ nướng thì OK nhưng một tháng được ăn bao nhiêu. Hôm nay các nhà dinh dưỡng học họ kỹ lắm. Một tuần vậy là mình nên ăn bao nhiêu trứng chứ không phải thích là cứ ăn. Một ngày vậy được ăn bao nhiêu cam bao nhiêu chuối thôi, tính theo tỷ lệ thực phẩm anh nạp vào. Từ chuyện ăn gì và ăn bao nhiêu theo tỷ lệ vàng thì các dưỡng chất, vi chất trong cơ thể nó mới ở mức tỷ lệ vàng. Ăn mặn ăn muối quá nhiều mà nước uống quá ít là không được. Nước uống cũng phải ở tỷ lệ vàng. Nước uống của người trên 18 tuổi là cả ngày không dưới 2 lít, đó là tỷ lệ vàng. Còn trường hợp cá biệt có người 3 lít, 4 lít, nhưng tỷ lệ vàng theo tôi thì một cơ thể trưởng thành không thể nào một ngày dưới 2 lít được. Dĩ nhiên nó có gia giảm theo trọng lượng mỗi người, ngoài cái trọng lượng còn có vấn đề nội tạng gan thận mỗi người khác nhau nữa. Không phải là chuyên môn của tôi, đây là tôi chỉ gợi ý thôi. Ăn, uống ở mức tỷ lệ vàng thì mới có sức khỏe vàng.
Đời sống tinh thần cũng vậy. Ôn lại, như vậy thời gian, các hoạt động, tư thế sinh hoạt tất thảy đều ở mức tỷ lệ vàng. Về đời sống tâm linh cũng vậy. Giới Định Tuệ ở mỗi giai đoạn đều là cần ở tỷ lệ vàng. Rồi chuyện học giáo lý trong room này cũng vậy. Dù các vị học mấy room tôi không cần biết, học ngày thứ bảy, chủ nhật, thứ hai, học luôn mấy room của mấy cha mấy thầy bà trên toàn cầu online, học ai không cần biết nhưng chuyện quan trọng nhứt là nhớ chữ "tỷ lệ vàng". Từ tinh thần đến vật chất đều cần tới tỷ lệ vàng. Từ nhan sắc tới sức khỏe, từ tình cảm đến trí tuệ tất thảy đều là tỷ lệ vàng hết. Tôi thề độc là không có một lãnh vực nào trong cuộc đời này mà không cần tới ba chữ "tỷ lệ vàng".
Có chuyện rất ruồi bu thí dụ quí vị thấy nuôi một đứa bé, nuôi một con chó một con mèo trong nhà mình cũng phải nuôi phải dạy nó bằng tỷ lệ vàng. Con mà cưng nó quá, lo cưng, lo biểu hiện tình cảm mà quên vấn đề nghiêm khắc là hỏng. Tôi đã gặp rồi quí vị, một đứa bé nó hoang đến mức mà tôi thấy ba má nó nựng tôi chỉ thầm mong là họ "giết" nó đi, để bớt khổ chúng sinh. Tôi nói rất ác nhưng nghĩ kỹ lại tôi lành cực kỳ. Mấy đứa bé nó lỳ như vậy thì lớn nó là đại họa cho chúng sinh, quí vị biết không? Cho nên mấy đứa này chết hay hơn nó sống. Nhiều người họ ép tôi phải ác họ mới vừa lòng. Thương con, thương chó thương mèo tất thảy cũng đều phải tuân theo cái gọi là tỷ lệ vàng.

Nhà cửa, trưng bày căn phòng, toilet, buồng ngủ, nhà bếp, tất thảy đều phải được chưng dọn, dọn dẹp trên cái tỷ lệ vàng. Có bao nhiêu thứ trong phòng khách, chuẩn mực của Âu, Mỹ, Nhựt Bổn đó, thì trong phòng khách cái không gian để trống phải là bao nhiêu, tối thiểu phải là bao nhiêu. Trên miếng đất diện tích được xây dựng mà lý tưởng nhất phải là bao nhiêu phần trăm. Lại là tỷ lệ vàng nữa. Rồi tới chuyện nấu ăn, may mặc, giày dép cũng phải vậy. Có người nói với tôi cái đôi giày đôi khi nó vừa quá cũng không tốt. Cho nó một chút xíu rộng hay một chút xíu chật. Chút xíu, thí dụ vậy, gọi là tỷ lệ vàng. Tỷ lệ vàng để đo giày không như mình nghĩ đâu. Giày dép, dép mang trong nhà nó hơi rộng một tí. Áo ngủ như pyjama trong nhà cho nó hơi rộng một tí. Cái rộng hẹp của đồ mặc trong nhà nó phải khác với đồ mặc công sở, đồ đi làm, đồ đi đường. Nhớ nhe! Cái này tôi đi hơi xa rồi, nhưng buộc phải nói thôi.

Như vậy trong bài giảng này tôi nói một chuyện thôi, là lấy ba chữ "tỷ lệ vàng" viết ba chữ này, treo lên bàn thờ lạy như lạy Tam Bảo vậy. Vì sao? Vì Thế Tôn là một người mà mọi thứ ở Ngài đều ở mức tỷ lệ vàng. Giáo Pháp là gì? Giáo Pháp là con đường dạy chúng ta nâng mọi thứ lên tỷ lệ vàng. Chư Thánh tăng là gì? – Chư Thánh tăng là những vị đang sống, đang tu, đang hành và đã chứng đắc trên tiêu chuẩn là tỷ lệ vàng. Thánh chúng phàm phu có một cuộc sống hoàn hảo, hoàn chỉnh đều là tuân thủ theo nguyên tắc tỷ lệ vàng.

OK, tôi mệt rồi không giảng nữa. Chúc các vị một ngày vui! Đừng ham nghe nhiều. Nghe ít mà nghe cho nó thấm xài được./.